

Hablar Con los Niños Después de Una Crisis

Muchos niños y adolescentes desarrollan síntomas después de una crisis o muerte de alguien cercano a ellos, especialmente si ellos han experimentado eventos traumáticos anteriormente u otras situaciones difíciles. Los síntomas relacionados con el trauma pueden aparecer como comportamientos difíciles o emociones mostrados en casa o en la escuela. Es importante que los padres sepan que los comportamientos y emociones de los niños pueden ser una razón de inquietud, como son la demostración con comportamiento más agresivo o desconectado como tristeza o rabia, y hasta que muestre pequeñas emociones como una manera de sobrellevar el trauma.

Los cuidadores necesitan ser capaces de reconocer comportamientos de preocupación (retomar hábitos de infancia como chuparse el dedo, dolores del estómago, mal genio, retraso) y de identificar cuando el niño experimente mucho estrés que necesite ayuda. Los cuidadores pueden también necesitar ayuda en ofrecer apoyo al niño después de un evento traumático que también pueda traumar al cuidador. Un apoyo breve y ser capaz de hablar con alguien que pueda ser más objetivo pueden ser de mucha ayuda para el adulto como para el niño después que un evento traumático haya ocurrido.

Aquí hay algunas páginas de internet tanto local como nacional con recursos para asistir a los cuidadores con apoyo a los niños después de eventos traumáticos. Además, hay páginas de información básica aquí. Favor contacte al consejero de su escuela para más información o ayuda.

[Centro de Pena y Pérdida Pathways](#)

[SAMHSA](#)

[La Redes Nacional de Estrés Traumático Infantil](#)